

Δαñoάιέy äëy æèáíé èçáíðíäè

Άñέè ààì íà ïí áóøά äáðááyííúά èèè èáìáííúά çááíðú è áú ýñòáò – çáèìèòáñú æèáíé èçáíðíäüþ. Íáðáúά æèáúά èçáíðíäè á äáèä è ðáèçáæííé äáíáðíèíáèè æèáúά èçáíðíäè ðèðíèíá ðèìáíáíéä. Áèäááòáèüíúά ïñíáú è èðóííúά çáìèááèäáèüóú, ðòðá ñ-èòáèè: äðáííòíí çáèíæáííáy è ðááèèüíí áúðáυáííáy æèááy èçáíðíäü ðáííáí áíèáíáá-íáá è ðáááæíáá ñáíúð èðáíèèò çááíðíä.

×òí æά òàèíá æèááy èçáíðíäü?

Ýòí èèíáèíúά ðáñáæááíéy èç äáðááúáá è èóñòáðíèèíá, áúñáæèáááíúð á ðáèí-ááá ðyáá ðá áèèçèí ðáññòíyíèè äðóá ðò äðóáá. ïí á – 2 ð è áúñíèèèè – ñáúøά 2 ð. Æèáúά èçáíðíäè ðæá ðèèóíáðòðá, ðèìáíyáíúά äëy ðáèèèáíéy áíðíæáè, òááòí-íí-áàçííí

Íí ñáíáè òíðíá æèáúά èçáíðíäè ðáóò áúòú ñáíáíáí ðáñòóóúèè è ñòðèæáííúè (ðíðííááííúè). ×àúá áñááí ñòðèáóò ðèçèèá èçáíðíäè èóñòáðíèèè è äáðááüy ñ ááèíðáðèáíúè ðèíááè, èñííèüçóáíúά äëy ñíçááíéy æèáúð èçáíðíäáè, ñòðèáóò ðáæá (óóóáøááòñy òáá èóñòáðíèèíá, ðááááðèòáèüíí ðáñáæáííúð «ðá ðáíú»). Èó-øòþ çáúèòò áñáááá áàðò ñòðèæáíúά èçáíðíäè, èíðíðúά ðáóò áúòú ðáñò

Íñááèä æèáíé èçáíðíäè

Äëy òíðíðááí ðáçáèòèy ðáñòáíèè á ðáñááèò ð-áíú áàæíá çááèááíðáíáíáy ðááíðíäè ð-áú. ðáíáíyþ yòí ááèàðò ñðáçò æá ðáñèá

Íí äèèá ðíðáèèèðóáííé æèáíé èçáíðíäè áúèáíúáàðò ðí ðáóyíóóííò ðíðóð èáíááò áèóáèíé 40-60 ñí. Øèðèíá èáíááú çááèñèò ðò èíèè áíèáá. ðá áíí èáíááú òèèááúáàðò ñèíè ðí-áú, ñíyòúè ñááðòð (ðí ðáèáíèáá ðèíáíðíáíúè), à òáèæá ðááíç, èíííñò èèè òíðð. ðá áííñyò ðá ñáæáíðáá äëy æèáíé èçáíðíäè – 2-3 áíáá, äëy òáíèíúð – 3-4 áíáá. Äçðíñèúá ðáñòáíéy èñííèüçòðò òíèüèí äëy ñíçá ñèðáíè, ðíç è äð.

Δαñoάíéy áúñáæèáàðò òáè, -ðíáú èíðíáááy ðáèèä áúèä äðíááíú èèè ðá 1-2 ñí ðæá ðááðòííñòè ðí-áú. Δáçíáúáíèá ðáñòáíèè çá Æúñòðíðáñòóóúèä ðáñòáíéy áúñáæèáàðò ðáæá, ðááèáííðáñòóóúèä – -áúá. Á ñðááíáí ðè ðáíðyáííé ðáñáèéá ðáæó ñáæáíí ðáñáæáííúά ðáñòáíéy ðáðáíá äðáíy èíáèè ðíðð, ááíèü ðyáá, ðá áúñíðá 30-40 ñí ðò çáìèè, ðáíí óñòáííáèòú äèèíòð ðáèèó. ðáíðyáíú ñíðíáèíú äèüíèèñèíé è ðyáá äð. Ááóòðyáíúά èçáíðíäè ñíçááðò èç ðíðíá, èíáðyèð ðúðèíá ááòáèáíèá (æáèòáy àèàòèy, ðáèáíèòá è

ðáíáú ðèíí æèáíé èçáíðíäè äëyáòñy óæá óííyíóóáy ðáèáðíáy èçáíðíäü. Áá ðèè-àðò ðáíáá ððí-ííñòú è ðáíðíèòááííñòú. Áúðáñò ðáñòáíéyíè ðá áíèæíí ðáááðòú 15-20 ñí. Èéáí ñðáçò ðè ðáñáèéá, èèáí -áðáç áíá ðáñòáíéy ñðáçàðò, ðáñááèyý ðáá çáìèéè èèòú ñèèüíúð è ðáñíèíæáííúð á ðèíèíèðè áóáòúáè èçáíðíäè. ðáñááèèáñy ðáááè ðáíðááèyþò ðá óáèí 40-50 áðááòñíá è áíðèçíðò è ðá ñíðèèííáíáíéy. Áèááíááðy òáèííò ðèèáíò ááòèè ñðáñòóòñy áðóá ñ áðóáíí áúñòðáá. Ááðòðèè ðáááíá áúðá ðáñòá ñíáèèáíéy ðá ðáñíèüèí èáð ðèò-ááòñy ððí-íáí è ðáíðíèòááíáíy æèááy èçáíðíäü. Á áàèüíáèòáí ðáèáðíòð èçáíðíäü ðááóèyðíí ñòðèáóò.

Όοία ςὰ æèáúìè èϕáíðíáÿìè

Æèáúá èϕáíðíáè ïíáóò ñíòááòñòáíááòò ñáíáíó íαϕία-áíèρ èèøü á òíí ñέó-áá, éíááà ςὰ íèè ðááóèÿðíí è ïðáèèèúíí óðáæèááρò. Æñéóññòáíí òèáóðííè ñòðèæèè òèèèáðáíí áèáááèè áúá ñááíáíèèè Æðááíááí ðèìá. Ííè «ááèáèè» èϕ èóñòáðíèèíá òèáóðèè æèáíí ïèáñòè-áñèèì ïàòáðèèèì, ïϕáíèÿρùèì ïðèááòü ðáñòáíèρ íáíæèááííóρ òíðìó.

Ñòðè-ü ïíæíí íá áñá ááðáááñíúá ðáñòáíèÿ. Õàè, è ïðèìáðó, áñèè áèü, ñ áá èíííáèòííè è áóñòíè èðíííè, ïðáèðáñíí ñòðèæáòñÿ, òí ñ ðááèíè ðáñèèæèñòíè èðíííè íá ïíáíèáóò áèÿ òíðííáèè. Á áíð áíèüøèíñòáíí èóñòáðíèèíá òíðííí ïíáááρòñÿ ñòðèæèá (ñííòðè ïíèñáíè ðáñòáíèÿ è èáòíí – íáñèíèüèì ðαϕ ñ áíèíá è èííááá – ñááðóó.

ðááóèÿðíáÿ ñòðèæèá á òá-áíèá òáíèíáí áðáíáíè ñííñíáñòáóáò ðαϕáèòèρ èϕ ñíÿüèò ïí-áè ííáüò ïíáááíá á íèæíáè -áñòè èóñòíá, áíñòèæááíèÿ íóæííè áúñíòü. xáñòí á áúñíèèò èϕáíðíáÿò èϕ-ϕà íáíðááèèüííè ñòðèæèè ááòèè òíðííí ðáñòóò èèøü á ááððíáè -áñòè íáèèííí áíèíáüò ñòíðíí ïðèìáðíí 70 áðááóñíá è áíðèϕííóó. Ñèáááóá ðááóèÿðíí áúðáϕáòü ñóðèá è áíèüíúá ááòèè, á òàèæá èðóííúá

Áèÿ òñèèáíèÿ ðíñòá ííáüò ïíáááíá ðáñòáíèÿ íáíáóíáèì ðááóèÿðíí ïíáèáðíèèèááòü è ïíèèááòü. Ííááøèá èèñòüÿ ñíáèðáòü á èííñò, á

Íòèáèè ïðè ñíϕááíèè æèáíè èϕáíðíáè. Íáíðááèèüáÿ ïíñáèè è óðíá ςὰ ðáñòáíèÿìè á æèáíè èϕáíðíáè.

Íáíðèìáð, ðáñòáíèÿ ïíñáæáíú á ñèèøèíí íáèèèá (áí 20-25 ñí áèóáèííè) èáíááèè, á ñóóóρ ïí-áó, áαϕ áíáñáíèÿ óáíáðáíèè. Èíðíè ðáñòáíèè íá áúèá òíèíòíáíá.

Æèááÿ èϕáíðíáü áúñáæáíá ïíá òáíüρ áúñíèèò ðáñòáíèè òàèèì íáðáϕíí, -òí ñòáíèü ááðááüáá ïðè ðαϕðáñòáíèè èϕáíðíáè íèáæóðñ

Èóñòáðíèèè, íá ïíèó-áÿ áíñòáòí-ííáí èíèè-áñòáá ñááòá è ïèòáíèÿ, áóáóò ïèíòí ðáñòè, èϕáíðíáü ïíèó-èòñÿ íáðíáííè, óðíáèèáíè. ïíá

Á íáííí ðÿáó áúñáæáíú ðαϕíúá ïíðíáü áðáááñíúò ðáñòáíèè. Æèáúá èϕáíðíáè èϕ ááóò ïíðíá ïíæíí ñíϕááááòü, òíèüèì áúñáæèááÿ èá

Æèááÿ èϕáíðíáü èϕ òáíèíúò ïíðíá ïíñáæáíá á òðè è áíèèá ðÿáíá. Á ÿòíí ñέó-áá ááðááüÿ, ðáñòóóùèá áíóòðè, íáíèÿòñÿ è ϕáñíðíóó,

Íáíðááèèüáÿ, ðááèáÿ è íáñáíááðáíáíáÿ ñòðèæèá.

Ýòí ðèáíáèò è íáíéáíèð íæíáé ÷àñòè ðáñòáíéé. Áñèè èçáíðíáü ñèèèèíí íáíéèèàñü ñíεçó, áá íáíáóíáèíí ñííéíáèòü, ñðáçáá ðáñòá ñííáíáíáý ñðíòááóðá èèøü äèý òáíéíèéíá.

Íàéáíéáá ñííáóíáíáýèá ðáñòáíéý äèý æèáíé èçáíðíáè

Ñèðáíü íáúéííááíáíáý. Òðááíáàòáèüíá è ñí-áá. Õíðíðí íáðáííñèò ñòðèæèó, ñí ááèàòü ýòí íóæíí òíèüèíí ñííèá ñòááòáíéý è èó-ðá &

Øèííáíéèè – ñíðüéíèñòüé, èíðè-íúé, ñæèíèèñòíúé, ðæáá-éííúé, íáúéííááíáíúé. Íáððááíáàòáèüíü è ñí-áá.

Ëáúèíá, èèè ñðáèíéè. Õáíááüííñèèá, ñí òðááíáàòáèéáí è ñí-áá. ÷óáóèíèè (áèáðèéáíúé Ëáíóáíá, èðóíííòááòíúé). Ááèíðáòèáíúá èóñò

Ëðáá (èíèíííòááòíáý, èáíááñèáý, íáúéííááíáíáý). Õáíááüííñèèáü, ñæíòðááíáàòáèüíü è ñí-áá. Ëðáñèáí òááòóò, ñéíáü ñúááíáíú.

Æèííèíòü (òáòáðñèáý, ñíèðüááèüíáý, ñèíýý, ñúááíáíáíáý, çíèíòèñòáý, àèüíèèñèáý è äð.). Õáíááüííñèèáü, ñæíòðááíáàòáèüíü è ñí-

Ááðáñèéáò ááðííáéñèèé. Áááò ááèíðáòèáíúá ñéíáü, ñðááíáòðááíáàòáèéáí è ñí-áá. ðýáéííèè, èèè ñíèðáý ðýáéííèèñòíáý. Ëóñòáðíí

Ááðáí (ñèáèðñèèé, èðáñíúé, èèè ñáèèèá). Ááèíðáòèáíú, ñ ýðèí-èðáñíúè ñíááááíè è ñéíááíè ááèíáí èèè ÷áðííáí òááòá. Íáíðèóíðè èóñòáðíèè ñ ááèíðáòèáíúè òááòáíè è ñéíááíè. Õíðíðí íáðáííñèò ñòðèæèó.

ðáñòáíéý äèý ñíçááíéý ñòðèæèáíúó èçáíðíáé

Áèü (íáúéííááíáíáý, èááèáçñèáý, ááèáý èèè èáíááñèáý, èíèð-áý). Ýòè ááðááüý ñíçáíéýðò ñòáí ñòðèæèè ñíèó-èòü ñðáèðáñíúá, á

Òóý çáíááíáý. Áááò áóñòüá áúñíèèá, ñðááíéá è íεçèèá èçáíðíáè. Õàèæá òðááóáò ñóáèèíèñòüó ñí-á.

Њієџăŷ (ăóáđíâêîēēñóíăŷ, ñđăăíŷŷ, êâîēēñóíăŷ, çăăđíáíâēēñóíăŷ, îñòđíçóá-àòăŷ è äđ.). Êóñòàđíēēē äî 1,5-2 ì, òíđíđí îăđăíîñŷŷ

Њíîđíâēíà (àēüîēēñēăŷ, çîēîðēñòăŷ, êđăñíăŷ, ÷ăđíăŷ). Õáíââüîñēēââ è íâðđăáíâàòâēüíâ è îî-ââ.

Áîŷđŷðŷîēē (íâíîēîñîî-êîîâüē, òòîîēēñòíúē, ñēâēđñēēē è äđ.). Êóñòàđíēēē, ââðŷêâ îđăêđăñíúâ îēîòíúâ èçăíđíâē. Íâ òđăáíâàòâēüíâ

Áēđð-ēíà âââò êđăñēâúâ îēçēēâ èçăíđíâē è áíđăðđŷ, òíđíđí îăđăíîñēò ñòđēæēó. Íâíâđçăâò âúđâ óđíâíŷ ñíâââ, îî ââñíîē âîññòâ

Êēâí (òàòâđñēēē, Āēíîâēâ) – âüñîēēē êóñòàđíēē èēē íâáíēüðēâ ââđăâòâ, ââðŷêâ â đăçóēüòâòâ ñòđēæēē êđăñēâúâ âü

Āđăâ – â đăçóēüòâòâ ñòđēæēē âââò âüñîēēâ è ñđăăíêâ êđăñēâúâ îēîòíúâ èçăíđíâē.

Êēçēēüîēē (íâúēíîâáíúē, êâîēēñòíúē, âíēēî-íúē è äđ.). Њđăâíâē ââēē-ēíú, íâðđăáíâàòâēüíâ è îî-ââ êóñòàđíēē, ñââòîēðâēâ. Ā áíđăðđíâ.

Ìââíîēŷ – òđăâóâò óēđŷòēŷ íâ çēîó. Õíđíđí îăđăíîñēò ñòđēæēó, âââò êđăñēâúâ áíđăðđŷ è îēçēēâ èçăíđíâē.

Њòđēæēó òíđíđí îăđăíîñŷò áíŷđŷðŷîēē, áēđð-ēíà, áâđăâðēñ, ñíâæíîŷâíâíêē, àēââ ŷîîñēăŷ, ñâîðēò, òóŷ çâíââíăŷ. Āēŷ íâóíđíēđóðŷ æēîîēîñòŷ, ðēîîâíêē, êââ, êđăâ, àđíîēŷ, ÷óáóŷîēē.

Êñòî-îēē: <http://salon.by/>